Bienvenidos, mi nombre es Gail Leiter y soy Enfermera Registrada en Partos y Alumbramientos y Educadora de Parto en el Hospital Highland Park. Me gustaría tomarme un tiempo para decirle lo que puede esperar durante su estancia en el hospital.

Nuestra principal prioridad es mantenerlos a usted y a su recién nacido a salvo. Sabemos lo importante que es tener el apoyo de un ser querido mientras se está en el hospital. Debido a la actual pandemia de la COVID-19 estamos implementando las siguientes medidas para asegurar la salud y seguridad de nuestros pacientes y personal. Solamente una persona de apoyo que se haya sometido a la prueba de detección y que no esté en riesgo de contraer la COVID-19 podrá visitarla. Esa persona de apoyo podrá salir del hospital si es necesario y regresar para estar con usted. Sin embargo, les pedimos que reduzcan al mínimo el número de veces que entren y salgan de las instalaciones para minimizar la posible exposición exterior. También fomentamos el distanciamiento social seguro dentro y fuera del hospital. Al ingresar al hospital, usted y su persona de apoyo serán examinados para detectar factores de riesgo y síntomas de la COVID-19; ambos recibirán una mascarilla facial estándar. Podrá quitarse esta mascarilla cuando esté sola en su habitación del hospital o con su persona de apoyo. Todos los miembros de su equipo de atención médica llevarán una mascarilla y gafas protectoras. Le pedimos que se ponga la mascarilla cada vez que un miembro de su equipo de cuidados entre en la habitación. Si su recién nacido necesita recibir cuidados en nuestra guardería de cuidados intermedios, usted y su persona de apoyo tendrán bandas que coincidan con la del bebé y podrán visitarlo. Todas las demás visitas están restringidas por la seguridad de todos los bebés en la guardería de cuidados intermedios. Las políticas del hospital están sujetas a cambios y cambian a menudo a medida que se dispone de nueva información. Por favor, consulte con su obstetra para obtener información actualizada a medida que se acerque la fecha de parto. Si en algún momento del embarazo siente que tiene síntomas de COVID-19 debe llamar a su médico o partera.

Esta es la entrada principal del Hospital Northshore Highland Park. Entre las horas de 5am y 7pm entrará al hospital por esta entrada. Las zonas de estacionamiento naranja 1 y 2, así como la verde 1, se encuentran más cerca de la entrada del hospital. Después de las 7pm y antes de las 5am querrá estacionar cerca del Departamento de Emergencias, ya que ahí hallará la única entrada abierta durante la noche. No hay que pagar por estacionar. Una vez dentro del vestíbulo principal verá el mostrador del conserje a la derecha. Allí, le darán las indicaciones para llegar a la unidad de partos (Labor and Delivery, L&D). Si busca la cafetería, lo más fácil es volver al vestíbulo principal del hospital y tomar el ascensor uno para bajar al nivel inferior. La unidad de partos se reconoce por la estatua de una mujer que sostiene a su bebé en el aire. La puerta para entrar a la L&D está cerrada con llave. Para poder entrar deberá tocar el timbre que se encuentra a la derecha de la puerta. Todos los visitantes deberán mostrar una identificación con foto emitida por el gobierno una vez en la unidad para que se le cree una identificación de visitante.

A la unidad de parto del Hospital Highland Park se le denomina una L-D-R-P. Esto significa que realizará su trabajo de parto, dará a luz, se recuperará y recibirá los cuidados postparto en una unidad y en la misma habitación. Tenemos 21 habitaciones de LDRP privadas, una sala de triaje, dos quirófanos y una sala de recuperación.

Las pautas sobre cuándo puede venir a la unidad de partos son diferentes para cada persona. En su último mes de embarazo, la atenderán en el consultorio semanalmente. Le darán instrucciones específicas basadas en su historial personal. Puede llamar al consultorio para plantear cualquier pregunta o inquietud. Siempre hay alguien de guardia para su proveedor, incluso si necesita llamar a altas horas de la noche, durante el fin de semana o en días festivos. Si cree que está en trabajo de parto, llame a su proveedor antes de venir al hospital. Ellos le ayudarán a decidir si es el momento correcto para venir. También le harán saber al personal de enfermería que usted está en camino al hospital. Nuestro personal de la unidad de partos le dará la bienvenida y la cuidará muy bien. Muchas pacientes acuden a la unidad de partos por razones distintas a las del trabajo de parto. Algunas necesitan un monitoreo fetal adicional o necesitan que se les tome la presión sanguínea. Cuidamos a las mamás después de una caída o

si han tenido un accidente automovilístico. Dependiendo del motivo por el que venga, la pasaremos a una sala de triaje o a una sala de parto. Aquí puede ver una de nuestras salas de parto. Le daremos para que se ponga una bata y una banda para el vientre que cubre su abdomen para sostener los monitores en su lugar. La enfermera le hará preguntas para completar un historial de enfermería, por ejemplo, si tiene antecedentes médicos que debamos conocer, si está embarazada de más de un bebé, si es alérgica a algún medicamento, alimento, al látex o a la cinta adhesiva, quién es su persona de contacto en caso de emergencia y cómo podemos comunicarnos con ella. Mientras recopilamos esta información, comenzaremos a ver la frecuencia de sus contracciones y el aspecto de la frecuencia cardíaca del bebé en el monitor. Uno de los monitores se denomina monitor fetal externo. Este registra la frecuencia cardíaca de su bebé. El otro monitor se llama tocómetro y registra la frecuencia de las contracciones uterinas. Nuestros monitores tienen la capacidad de ser inalámbricos y a prueba de agua. Envían la información a estaciones centrales de monitoreo en toda la unidad de LDRP. Estos monitores no son invasivos y permiten a las madres en trabajo de parto moverse por la sala de parto y caminar libremente por los pasillos. Animamos a las madres que no han recibido la anestesia epidural a que cambien frecuentemente de posición y se muevan durante el trabajo de parto. Tenemos varios balones de parto disponibles para su uso. Por favor, dígale a su enfermera si desea usar uno. También puede traer el suyo propio si lo desea. Todas nuestras habitaciones de LDRP tienen duchas de baño equipadas con cabezales de ducha de lluvia. Dos de nuestras habitaciones tienen bañeras de parto. El agua tibia ayuda a disminuir la percepción del dolor y puede ser muy calmante y relajante. Cuando le hable a su médico sobre el trabajo de parto y el alumbramiento, puede decirle si está interesada en la bañera de parto y él nos lo comunicará. Las habitaciones con las bañeras de parto se asignan por orden de llegada. Esta es una barra para ponerse en cuclillas o para empujar que podemos usar mientras usted está pujando. Se sujeta a la cama. El tiempo normal de pujar para una madre primeriza es de 1,5 a 3 horas, con un promedio de 2 horas. Esta barra para ponerse en cuclillas puede ser una buena forma de pujar permitiendo que la gravedad ayude. Es necesario tener una buena fortaleza en las piernas para usar esto. Si ha recibido una anestesia epidural durante el trabajo de parto, su

enfermera le ayudará a evaluar su capacidad para adoptar con seguridad la posición en cuclillas.

Aquí hay algunas fotos de cómo puede verse su bebé después de nacer. Estará cubierto por la vérnix caseosa que mantiene su piel protegida mientras está en el ambiente del líquido amniótico. Este bebé está llorando y tiene muy buen tono. La primera hora después del nacimiento del bebé se llama la Hora Dorada. El bebé está muy alerta y receptivo a la interacción. Le animamos a que aproveche este tiempo y disfrute creando los lazos afectivos con su recién nacido e inicie la lactancia si planea amamantarlo. Durante las dos primeras horas de vida de su bebé se le pesará y medirá; también se le tomarán los signos vitales con frecuencia. Además, durante este tiempo recibirán tres medicamentos diferentes: eritromicina, vitamina K y su vacuna contra la Hepatitis B. También monitoreamos a las madres durante este tiempo comprobando sus signos vitales, evaluando el sangrado vaginal y asegurándonos de que el efecto de la anestesia epidural se está desvaneciendo apropiadamente si ha recibido la epidural durante el trabajo de parto.

Hablemos un poco sobre la fotografía durante el trabajo de parto y el nacimiento de su bebé. Se permiten las fotos durante el trabajo de parto si la madre desea ser fotografiada. Puede tomar fotografías del bebé después de que nazca. Se permiten tanto las fotos como los videos. La política del hospital es que no se permite ninguna fotografía o video durante un procedimiento. El alumbramiento se considera un procedimiento, ya sea vaginal o por cesárea. Así que no se permite tomar videos o fotos durante el alumbramiento.

Este es uno de nuestros quirófanos. Tenemos dos quirófanos en nuestra unidad. Tenemos cobertura de obstetricia, anestesia y pediatría las 24 horas del día. Tenemos la capacidad de proporcionarle un parto por cesárea, si es necesario, en cualquier momento. Los quirófanos se mantienen muy fríos y los bebés nacen mojados con líquido amniótico. Se colocará al bebé en la cuna térmica de calor radiante que se encuentra en la sala de operaciones; esta le irradia calor al bebé. Se secará el bebé, se le pondrá un gorro y un pañal. También lo haremos miembro de su familia muy rápidamente colocándole bandas de identificación de

inmediato. El bebé recibirá dos bandas, una para el tobillo y otra para la muñeca, tanto la mamá como su acompañante recibirán las dos restantes. Los números de todas las bandas coinciden y los insertos tienen detalles específicos sobre el nacimiento del bebé, incluyendo fecha, hora y sexo. Los números de las bandas serán verificados a lo largo de su estancia. También se colocará una etiqueta especial llamada "Abrazos" en el tobillo de su bebé. Esta etiqueta estará unida a una etiqueta de "Besos" que llevará puesta la madre. Esto asegurará que nuestros bebés estén siempre seguros en la unidad de LDRP con sus madres. Las etiquetas se unen en el momento en que nace el bebé. Sonará un timbre que nos notificará que están conectadas. También sonará una breve nana cada vez que la madre y el bebé estén separados más de 12 pulgadas y se reúnan. El sistema también está configurado para alarmar si una bahía *[sic]* se acerca demasiado a una salida o a un sensor KISSSES asignado a una madre diferente. Después de que se termine su cesárea, a la madre se la trasladará a la sala de recuperación para ser monitoreada por 1,5-2 horas. También monitoreamos a las madres durante ese tiempo comprobando sus signos vitales, asegurándonos de que no tengan un sangrado excesivo y asegurándonos de que el efecto de la anestesia se esté desvaneciendo adecuadamente. El bebé permanecerá con la madre durante este tiempo y se le pondrá piel a piel. El recién nacido será puesto en el pecho de las madres que deseen amamantar. En la mayoría de los casos, una persona podrá acompañar a la madre a la sala de operaciones y a la sala de recuperación. Se les dará ropa de hospital, gorro, máscara y fundas de zapatos para que las usen. Después de la recuperación inmediata, la madre y el bebé volverán a su habitación de LDRP donde permanecerán durante el resto de su estancia en el hospital.

Después del alumbramiento, la enfermera de la guardería llamará al pediatra para notificar el nacimiento. Al ser admitida, por favor comparta con su enfermera el nombre de su pediatra. Si usted no ha elegido uno o hará los controles con un pediatra que no sea del Northshore, le asignaremos un pediatra para que vea a su bebé mientras esté en el hospital. Aquí puede ver a uno de nuestros fantásticos pediatras de planta. Un pediatra verá a su bebé todos los días que usted esté en el hospital para evaluarlo y responder a cualquier pregunta que usted pueda tener. Practicamos el baño tardío de nuestros recién nacidos por los muchos

beneficios de salud que ofrece a su bebé. Él/ella recibirá su primer baño después de 6-8 horas de vida. Después del baño, se le vestirá con una camiseta blanca de manga larga, un pañal desechable, un gorro y una manta ligera. Si lo prefiere, puede traerle de casa un pijama de dormir para que lo use en el hospital. También necesitará una ropa apropiada para el clima para llevarlo a casa.

El sitio web de Northshore es un gran portal de información. Le recomendamos que use el sitio web Northshore.org para preinscribirse antes de su alumbramiento. Puede llenar la preinscripción dentro de los 90 días anteriores a su fecha de parto. Para ello, puede buscar servicios de maternidad y seleccionar preinscripción para su alumbramiento. Se encuentra debajo de la pestaña titulada "Antes y después de su alumbramiento".

En el estado de Illinois, a todos los bebés se les hace un examen de audición. Se les colocan auriculares suaves sobre los oídos, se generan sonidos y se rastrean las ondas cerebrales para observar que están recibiendo sonidos tanto en el oído izquierdo como en el derecho. Pueden no pasar la primera vez. Muchos bebés todavía tienen líquido amniótico en su canal auditivo. Si este es el caso, los evaluaremos de nuevo antes de que sean dados de alta del hospital. Si el bebé no pasa el examen en el hospital, programaremos una cita de control con un audiólogo a las 6 semanas de vida. Es posible que necesiten una prueba de audición más sensible.

Aquí está una de nuestras enfermeras de guardería revisando al recién nacido para detectar la presencia de ictericia con el bilirrubinómetro transcutáneo; este determina el nivel de bilirrubina del bebé al colocarle el sensor en la frente. El exceso de bilirrubina puede causar ictericia del recién nacido o hacer que el bebé se vea amarillo. Si el nivel es alto, la enfermera se lo hará saber y llamará al médico. Es posible que extraigan sangre del talón del bebé para realizar una medición de la bilirrubina sérica para obtener una medición más precisa si es

necesario. Si los resultados siguen siendo altos, algunos recién nacidos necesitan pasar por estas luces especiales de fototerapia para ayudar a filtrar la bilirrubina de su torrente sanguíneo. Esta es la cuna en la que dormirá su bebé mientras usted está en el hospital. Es extremadamente importante para la seguridad de su bebé que usted no duerma con él/ella. Si se siente somnolienta, ponga al bebé en la cuna o llame a su enfermera.   Aquí está uno de nuestros obstetras de planta. Un médico o una partera la verá todos los días mientras esté en el hospital. La estancia típica para un parto vaginal es de uno o dos días. Para un parto por cesárea es de dos a tres días. El día en que el bebé nace es el día cero. El día que se vaya a casa, nuestro objetivo es darle el alta entre las 11 de la mañana y la 1 de la tarde. En Northshore, somos firmes partidarios de la lactancia materna. Tenemos muchos recursos para ayudarla con la misma. Muchas de nuestras enfermeras son consejeras de lactancia certificadas y tenemos un asesor de lactancia a tiempo completo.

Como se mencionó anteriormente, usted permanecerá en la misma habitación para sus cuidados de postparto. Animamos a su acompañante a que se quede la noche siguiente al nacimiento del bebé, especialmente para las que tienen su primer bebé. Cada habitación tiene un sofá que puede convertirse en una cama doble. Nosotros le proporcionaremos la ropa de cama.   Esta es una forma maravillosa de conocer a su bebé, sus señales de alimentación, el cambio de pañales y cómo confortarlo y calmarlo.   Se le proporcionarán sus comidas después de que dé a luz a su bebé. Deberá pedirlas usando el teléfono de la habitación para llamar y hacer el pedido. Las comidas se entregan en el lapso de una hora. Podemos adaptarnos a diferentes tipos de restricciones dietéticas como libre de gluten, vegetariano y kosher.

Nuestra guardería de cuidados intermedios es una guardería de nivel 2; es decir, tenemos la capacidad de cuidar a los bebés de más de 32 semanas de gestación. Si un bebé nace con menos de 32 semanas de gestación o necesita un nivel de cuidado más alto, será transferido a uno de nuestros centros perinatales de alto

riesgo que atienden a bebés de extrema prematuridad y a aquellos con complicaciones médicas.

Una vez que haya dado a luz, se le proporcionará una carpeta con información. Sabemos que los nuevos padres tienen muchas preguntas, así que tratamos de proporcionarles la mayor educación posible durante su estancia en el hospital. Tendrá la posibilidad de ver algunos videos educativos en la televisión de la habitación de hospital asignada por su enfermera. También le daremos información e instrucciones para obtener el certificado de nacimiento.

Aquí puede ver a un bebé de tres días en el asiento del auto preparándose para ir a casa. La ley en los 50 estados establece que los bebés y los niños pequeños deben ir en el asiento apropiado para su altura y peso. En Illinois, la ley exige que los bebés deben ir en el asiento trasero del vehículo mirando hacia atrás hasta los dos años. El asiento para bebés se coloca en un ángulo de 45 grados para proteger la cabeza y el cuello. Las enfermeras no pueden ayudarle a asegurar a su bebé en el asiento del coche y no pueden ayudarle a poner su asiento en el coche. Recomendamos tener el asiento de seguridad instalado y listo al menos tres semanas antes de la fecha prevista para el parto. Hay muchos técnicos de seguridad de asientos de coche disponibles en nuestras comunidades que comprobarán que estos estén instalados correctamente. Safercar.gov le dará una lista de técnicos certificados en seguridad de asientos de automóvil ubicados dentro de su código postal, pero la mayoría requiere que programe una cita con anticipación. La mayoría de las inspecciones e instalaciones de los asientos de seguridad son gratuitas.

Esperamos verle pronto y ayudarle a darle la bienvenida al mundo a su hermoso bebé.

¡Felicitaciones por su próximo alumbramiento!